

УТВЕРЖДАЮ

Директор



МБОУ "СОШ с.Пригородное"

Т.Н. Эозеева

Двухнедельное меню (обеда) для обучающихся МБОУ "СОШ с.Пригородное"
в возрасте с 7 до 11 лет осенне-зимний период (с 04.09.2023г.)
2023-2024 учебного года

Прием пищи	№ рецепту	Наименование блюд	Вес блюда
Неделя 1			
1 день			
	47	Суп картофельный с вермишелью	200
	209	Котлеты из кур припущенные	90
	241	Картофельное пюре	130
	453	Соус сметанный с томатом	30
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	47
		Итого	737
2 день			
	37	Борщ с картофелем и белокачанной капустой	200
	202	Тефтели из говядины с рисом	90
	219	Каша гречневая рассыпчатая	130
	463	Соус томатный с овощами	30
	282	Компот из свежих яблок	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	118	Хлеб ржаной	30
		Итого	720
3 день			
	45	Суп картофельный с горохом с гренками	200
	172	Рыба тушеная с овощами	160
	241	Картофельное пюре	150
	283	Компот из смеси сухофруктов	200
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	31
	118	Бананы	100
		Итого	901

4 день	56	Суп лапша домашняя	200
	210	Курица в томатном соусе 60/50	110
Обед	224	Рис отварной	150
	282	Компот из свежих яблок	180
	115	Хлеб пшеничный	73
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	758
5 день			
Обед	9	Салат из из капусты	35
		Суп картофельный с пшеном	200
		Плов из курицы	180
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	700
6 день	80	Суп картофельный с рисом	200
	209	Биточки из кур припущенные	90
Обед	241	Картофельное пюре	150
	453	Соус сметанный с томатом	30
	282	Компот из свежих яблок	180
	115	Хлеб пшеничный	50
	114	Хлеб ржаной	35
		<i>Итого</i>	735
7 день			
Обед	45	Суп картофельный с горохом	200
	189	Котлеты из говядины	75
	227	Макароны отварные	150
	463	Соус томатный с овощами	30
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	118	Хлеб ржаной	48
		<i>Итого</i>	743
8 день			
	9	Салат из моркови	33
...	37	Борщ с картофелем и белокачанной капустой	200
	200	Тефтели из говядины 75/60	130
	224	Рис отварной	150

Обед	282	Компот из свежих яблок	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	<i>798</i>
9 день			
	42	Рассольник ленинградский	208
	166	Рыба запеченная	90
	241	Картофельное пюре	150
	463	Соус томатный с овощами	30
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
	118	Бананы	88
		<i>Итого</i>	<i>851</i>
10 день			
	9	Салат из белокачанной капусты	35
Обед	43	Свекольник 200/10	210
	217	Фрикадельки из кур	90
	219	Каша гречневая рассыпчатая	150
	453	Соус сметанный с томатом	30
	282	Компот из свежих яблок	200
	114	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	<i>820</i>